

Spargelkarte

Mediterraner Spargelsalat
mit Burrata und Rohschinken
19

Grüne Spargelcrèmesuppe
mit Bärlauchschaum
14

Spargelrisotto
mit lauwarmem
Spargel-Rhabarbersalat
29

**Kalbssteak auf
Ofenspargelgemüse**
mit Feta, Bärlauch und
Kräuterkartoffeln
49

**Zanderfilet (EST)
auf Spargel-Ricotta-Ravioli**
Spargeln und Ruccola
45

*Alle Preise verstehen sich
in Schweizer Franken
inkl. 7.7% MwSt.*

Die Spargel – das königliche Gemüse

Genussmenschen verehren den feinen Geschmack und zelebrieren das einzigartige Stängengemüse mit jedem Bissen. Spargel ist auch gleichzeitig die wohl feinste Art, sich gesund zu ernähren. Kein Wunder, dass diese feine Delikatesse, die früher nur Adligen vorbehalten war, heute aus den internationalen Küchen nicht mehr wegzudenken ist.

Beheimatet ist der Gemüsespargel (*Asparagus officinalis*) in Süd- und Mitteleuropa sowie Nordafrika und Vorderasien. Die mehrjährige Pflanze gehört zur Familie der Liliengewächse und liebt lockere, sandige und eher trockene Böden. Der unter der Erdoberfläche liegende winterharte Wurzelstock treibt jährlich im Frühjahr aus, dessen unterirdische Sprossen als weißer Spargel geerntet bzw. gestochen werden. Erst durch Sonnenlicht bilden die Stängelsprossen Chlorophyll, die man dann als grünen Spargel bezeichnet. Je nach Region und Witterung beginnt ab Mitte April die Ernte der beliebten Spargelstangen, die in mühsamer Handarbeit einzeln geerntet werden, und dauert bis zum Johannistag am 24. Juni.

Vermutlich kannten die Ägypter schon Spargel. Die Griechen schätzen den Spargel, dessen griechischer Name «asparagos» («junger Trieb») bedeutet, vor allem wegen seiner heilenden Wirkungen. So galt Spargel schon bei den alten Griechen als aphrodisierend und potenzsteigernd. Von den Römern wurde das Gemüse als Delikatesse begehrt, zum ersten Mal kultiviert und durch ihre Eroberungszüge im restlichen Europa verbreitet. Im 16. Jahrhundert galt das Gemüse als teure Delikatesse und war vorerst nur Könige und Fürsten vorbehalten. Erst im 17. Jahrhundert entstanden nach und nach größere Anbaugelände. Nach dem 2. Weltkrieg erlebte der Spargel seinen größten Aufschwung. Seit damals zählt der Spargel zu einer der beliebtesten Delikatessen und hat längst einen festen Platz in der internationalen Gourmetküche.

Spargel besteht zu etwa 92 Prozent aus Wasser, enthält viele Ballaststoffe und ist mit etwa 17 kcal pro 100 g besonders kalorienarm.